

**Predigt zur Sommerpredigtreihe der Region Nord 2021:
Geflügelte Worte aus der Bibel**

„Der Geist ist willig, aber das Fleisch ist schwach“, Mt 26,41 – Silke Kuhlmann

Gnade sei mit euch und Friede von dem, der da ist, der da war und der da kommt: Jesus Christus. Amen

Da soll ich nun also eine Predigt schreiben, darüber, dass der Geist so viele hochfliegende Pläne hat – und der Rest irgendwie nicht so will, wie der Kopf es gern hätte. Und sitze also da, drehe Däumchen, und denke: na super, *wer andern eine Grube gräbt, fällt selbst hinein (Sirach 27,26)*, denn schließlich war ich im Frühjahr noch guter Dinge, dass mir was Blendendes einfallen würde. Immerhin habe ich hohe Ansprüche an meine Gottesdienste und heute sind auch noch andere Menschen aus anderen Gemeinden da, schließlich ist Sommerkirche, da soll es doch besonders gut gelungen sein. Und geistreich. Und nicht schlaff und witzlos. Warum nun also nicht zu „*der Geist ist willig und das Fleisch ist schwach*“?! *Kommt Hochmut doch vor dem Fall (Sprüche 16,18)*?

Denn ich mag die Bibel doch. Und die vielen schönen Sprüche, die drinstehen. So klug! *Bau dein Haus nicht auf den losen Sand oder zu dich am Wasser. Sieht zwar klasse aus, hält aber keinem Sturm stand (Mt 7,26)* zum Beispiel. Aber das ist der Predigttext von nächster Woche. Und ich will ja nicht vorgreifen. Also, lieber Geist, motiviere doch mal den Körper, an den Schreibtisch zu hüpfen und in die Tastatur zu hauen.

Los!

Mach schon!

Aber dann ... fühle ich mich wie der Hund auf Ihrem Liederzettel und sacke aufs Sofa. Fernbedienung in der einen Hand, die Schokolade in der anderen. Und schaue Netflix. Und überhaupt – wissen Sie eigentlich, wie meine Woche war?! – und nur der Druck, dass eben doch schon Samstagmittag ist und ich noch eine Trauung vor mir habe, und die Predigt, die ich sonst – ganz sicher – donnerstags, spätestens freitags schreibe, auch noch aufgeschrieben werden will, lässt mein schlechtes Gewissen unangenehm in meinen Bauch pieken... Und dann... nehm ich das Handy in die Hand, flippe durch Instagram und schaue hoch und schaue dem Hund in sein erwartungsvoll hechelndes Gesicht... vorsichtig wedelt er mit der Schwanzspitze. Das kann er ganz famos. Und mir ist plötzlich alles recht, Hauptsache nicht an den Schreibtisch, jaja, der

Heilige Geist, der wird mir schon noch die richtigen Worte in die Finger diktieren, erst einmal muss der Hund raus – und dann ist der Körper doch auch gar nicht so schwach, wie der Geist es vermutet hat, oder?! Schließlich bewege ich mich ja, Und nicht nur vom Sofa bis zum Kühlschrank oder ins Bad...

Was hilft? Der Motivation? Manchmal Ablenkung. Manchmal etwas zu Essen. Manchmal ein Gespräch. Und manchmal Musik. Oder sonst etwas, das mir hilft, mich auf die Schippe zu nehmen. Und dafür brauche ich Sie nun. Fläzen Sie sich doch mal in ihren Stuhl. Und nun nehmen Sie den Liederzettel, beim ersten Mal hilft es, den Text einmal zu lesen, gleich können Sie ihn auswendig. Und machen Sie mit, spielen Sie mit, und singen Sie mit:

Ach, wie bin ich müde, ach, ich schlaf gleich ein. Doch es ist ja heller Tag, wie kann ich müde sein?! (und munter:)

Jetzt stampf' ich mit den Füßen, Und wackel mit dem Bauch, Ich schüttel meine Schultern Und meine Hände auch!

Ach wie bin ich müde...

Ich recke meine Arme, Die Beine machen's nach Ich klatsche in die Hände Nun bin ich wieder wach.

(und noch mal!)

Wie geht es Ihnen jetzt? Außer Atem? Ein bisschen munter? Oh, ich sehe das ein oder andere Lächeln auf Ihrem Gesicht. Nein, nicht verstecken. Es tut gut, auch mal über sich zu lachen. Es tut gut, sich auf die Schippe zu nehmen und auch mal rumzublödeln. Kinder machen das automatisch und ständig. Deshalb geht es ihnen so gut. Deshalb sind die so resilient, so widerstandsfähig gegen vieles, was uns Erwachsene so stresst. Deshalb bin ich meiner Mutter so dankbar, dass sie mich mit einem unglaublichen Schatz an hunderten von blödeligen und klugen Kinderlieder ausgestattet hat. (Wollen Sie noch mal?)

Denn singen hilft. Singen hilft gegen die Trägheit. Und über sich selbst zu lachen hilft, beiseite zu treten und einzuordnen, *warum* man sich *wie* fühlt und verhält.

Ja, manchmal können wir echt einen Motivationskick vertragen. Wenn der Hund raus muss, die Kinder zum Sport gebracht oder die Arbeit fertig geschrieben werden muss. Wenn wir den Hörer in die Hand nehmen sollten, um endlich Klartext zu reden. Hey, es tut mir leid. Oder: Das geht so nicht. Ich halte das so nicht aus.

Wir haben alle lauter Kleinigkeiten und große Baustellen in unserem Leben, die eher unangenehm sind und denen wir gern ausweichen wollen. Oder wir haben eigentlich diesen großen Wunsch, zu Silvester tritt das manchmal auf, oder kurz nach Ostern: in

diesem Sommer soll es endlich mit der Bikinifigur klappen. Und deshalb zahle ich nicht nur für das Fitnessstudio, sondern ich gehe hin. Regelmäßig. Ganz bestimmt. Nun ja, ich muss sagen... Der Physiopoint freut sich über meinen monatlichen Beitrag... und ich... schone die Geräte... so halten sie länger. Das ist ja bei den meisten Kirchenmitgliedern auch so: Kirche soll was Besonderes bleiben. Deshalb kommen sie nur ganz selten... Hey man, klar, ich kenn das, morgens ausschlafen, das geht für die meisten nur in den Ferien und am Wochenende – wie toll also, dass Sie hier sind! Aber es ist ja auch Sommer, da ist mancher ja auch einfach früher wach... Der Geist also... und der Körper.

Wach bekommen haben wir ihn, jetzt geht es darum, beides in Einklang zu bringen: warum ist denn der Körper schwach? Wo bleibt denn die Motivation, wenn der Kopf gute Vorsätze schmiedet?

Hinzuschauen hilft meist. Und zu fühlen. Wie war meine Woche? Was brauche ich jetzt? Was will ich? Und warum? Wenn ich große Töne spucke, dann mache ich *bloß leere Worte und Lippenbekenntnisse, aber von Tat und Wahrheit (1. Joh 3,18)* mit der unser Leben und unsere Liebe erfüllt sein sollten, ist da wenig zu spüren.

Die Jünger im Garten Gethsemane waren fix und fertig. Die hatten eine hammerharte Woche hinter sich. Sonntag waren sie mit Jesus in Jerusalem eingezogen, Hosianna und Palmzweige und ein Esel, Montag hatten sie erlebt, wie er alle Händler aus dem Tempel vertrieben und sich, um der Wut der Wachen und Kaufleute zu entfliehen, gleich danach in ein nahegelegenes Krankenhaus abgesetzt, weil sie *mit Engelszungen auf ihn eingeredet (1. Kor 13,1)* hatten, still zu halten.

Sie hatten erlebt, wie er dort am Dienstag Kranke heilte und seine politische Botschaft vom liebenden Gott auf den Punkt brachte. Am Mittwoch waren sie bei einem Freund zu Gast und eine Frau reibt ihn mit einem teuren, duftenden Öl ein – Liebesbeweis und schon wieder Grund für ein Streitgespräch: darf man sich was richtig Gutes gönnen, oder sollte man nicht eher alles versetzen und das Geld Menschen in Not spenden?! Übrigens: Jesus rät zum Genuss. Und dann zur Hilfe. Donnerstag endlich ein bisschen Ruhe, das heiligste Fest des Judentums. Ein letztes Essen im kleinen Kreis – das ist jetzt das Wichtigste. Einmal noch zusammen... Und jetzt es ist fast Mitternacht und viel Schlaf haben sie nicht bekommen in den letzten Tagen. Sie würden gern für Jesus da sein. Doch der Körper fordert Tribut, die Jünger schlafen ein... Und Jesus versteht sie. Ja, manchmal geht es echt nicht mehr.

Manchmal liegen wir mit ausgestreckter Zunge auf dem Boden. Können nicht mehr. Das geht tiefer als die Frage, ob wir uns glücklicher fühlen würden, wenn wir weniger Kuchen äßen oder mehr Sport machten. In solchen Fällen ist die Trägheit nur ein mieser Halunke, den man mit einem gehörigen Pieks in die Seite vielleicht für einen

Moment beiseiteschieben kann. Los, hoch vom Sofa, wackel mal mit dem Bauch, breite die Arme aus und streck die Zunge raus.

Manchmal aber braucht es den Unwillen des Körpers auch um festzustellen: wie geht es mir eigentlich? Was bräuchte ich jetzt wirklich? Was täte mir gut? Was brennt mir unter den Nägeln und nagt in meinem Bauch? Worauf stoße ich, wenn ich mich nicht betäube, sondern fühle? Wenn ich der Trägheit nicht nur Honig ums Maul schmiere und sie entschuldige, sondern sie ernst nehme? Dann merke ich: du sollst den Feiertag heiligen, das heißt: mach mal Pause. Halte mal inne in deinem „immer weiter, immer weiter“. Gott ruhte aus. Und betrachtete, was er*sie geschaffen hatte. *Und siehe, es war sehr gut (Gen 1)*. Innehalten. Wertschätzen. Spüren. Was mir gut tut. Damit ich wieder zu Atem komme, wenn mir die Zunge aus dem Hals hängt. Damit ich wach werde, wenn ich zu Boden sacke. Denn dann ist der Boden bereitet für den Heiligen Geist. Nicht nur nach dem Motto *Den Seinen gibt's der Herr im Schlaf (Psalm 127,2)*, sondern ganz handfest. Der beflügelt einen am Samstagabend oder hinter dicken Wänden, der treibt die Jünger auf die Straße und reißt sie vom Hocker. Da bleibt niemand mehr auf dem Boden liegen, sondern ein Windstoß voller frischer göttlicher Energie durchbraust uns – und dieser Heilige Geist, der treibt uns dann zu Taten, die wir nicht für möglich gehalten haben. Und wenn Sie sich drauf einlassen, dann passiert das auch in Ihrem Leben. Verlassen Sie sich drauf. Da kann der Körper noch so schlaff über die Stuhlkante hängen – wo Gottes Geist unseren berührt, da sind Körper und Geist nicht nur folgsam, sondern unglaublich. Probieren Sie es aus, lassen Sie sich drauf ein! Neue Wege. Das macht Spaß!

Amen

Und der Friede Gottes, der höher ist als unsere Vernunft, bewahre unsere Herzen und Sinne in Christus Jesus, unserem Herrn. Amen

Credo